

CONTENIDOS y CRITERIOS DE EVALUACIÓN PARA ALUMNOS CON LA E. F. DE CURSOS ANTERIORES PENDIENTE

ALUMNOS QUE TIENEN PENDIENTE LA E.F. DE 1º ESO

Los alumnos que realizando el curso actual tengan suspensa la asignatura del curso anterior, irán aprobando la misma si aprueban trimestralmente la del curso que están realizando. Si por trimestre fuesen suspendiendo, deberán presentar los siguientes trabajos:

1º trimestre:

- **CONDICIÓN FÍSICA:** Desarrollar una sesión sobre una de las cualidades físicas básicas.
- **JUEGOS Y DEPORTES INDIVIDUALES:** Técnica de la carrera de relevos en Atletismo.
Presentar antes del 5 de diciembre de 2017.

2º trimestre:

- **JUEGOS Y DEPORTES COLECTIVOS:** Escoger un deporte colectivo de los estudiados durante el curso y realizar un trabajo sobre el reglamento y diversos aspectos técnicos del mismo.
Presentar antes del 9 de marzo de 2018.

3º trimestre:

- **EXPRESIÓN CORPORAL:** Realizar un trabajo donde aparezca teóricamente las *Zonas Corporales y su Expresividad*, y ejemplificarlas con una sesión de un mínimo de 6 ejercicios de Gestos y Posturas Expresivas.
Presentar antes del 8 de junio de 2018.

ALUMNOS QUE TIENEN PENDIENTE LA E.F. DE 2º ESO

Los alumnos que realizando el curso actual tengan suspensa la asignatura del curso anterior, irán aprobando la misma si aprueban trimestralmente la del curso que están realizando. Si por trimestre fuesen suspendiendo, deberán presentar los siguientes trabajos:

1º trimestre:

- **JUEGOS Y DEPORTES INDIVIDUALES:** Técnica de la carrera de relevos en Atletismo.
Presentar antes del 5 de diciembre de 2017.

2º trimestre:

- **JUEGOS Y DEPORTES COLECTIVOS:** Escoger entre Balonmano y Voleibol, y realizar un trabajo sobre el reglamento y diversos aspectos técnicos del mismo.
Presentar antes del 9 de marzo de 2018.

3º trimestre:

- **EXPRESIÓN CORPORAL:** Realizar un trabajo donde aparezca teóricamente las *Zonas Corporales y su Expresividad*, y ejemplificarlas con una sesión de un mínimo de 6 ejercicios de Gestos y Posturas Expresivas.
Presentar antes del 8 de junio de 2018.

ALUMNOS QUE TIENEN PENDIENTE LA E.F. de 3º ESO

CONTENIDOS

1º trimestre:

a) Parte práctica: Condición física y salud. El alumno/a deberá realizar sesiones de entrenamiento dedicadas a la mejora de la resistencia aeróbica, así como ejercicios dirigidos a la mejora de la flexibilidad. Al final del trimestre se realizarán las siguientes pruebas físicas:

1. Test de Cooper.
2. Test de apertura de piernas en el plano frontal.
3. Test de flexión de tronco atrás, con piernas flexionadas.
4. Test de apertura de hombros.

b) Parte teórica: Las cualidades físicas básicas. La resistencia aeróbica y la flexibilidad.

c) Fecha del control: jueves, 23 de noviembre de 2017, a las 16:30 horas.

2º trimestre:

d) Parte práctica: Fútbol y fútbol sala. Deberá practicar el golpeo con el interior del pie y la conducción del balón. Se realizarán 2 pruebas:

- ∩ De toque con el interior, contra la pared, con balón de fútbol.
- ∩ De conducción sorteando obstáculos, con balón de fútbol sala.

e) Parte teórica: El fútbol y el fútbol sala. Reglamento y técnica.

f) Fecha del control: jueves, 15 de marzo de 2018, a las 16:30 horas.

3º trimestre:

g) Parte práctica: Habilidades expresivas. El alumno deberá elaborar una coreografía de aerobio, step o baile, sobre una base musical de al menos 3 min. de duración, y exponerla sabiendo llevar el ritmo marcado por la música.

h) Parte teórica: El calentamiento en la actividad física. Importancia y fundamentos.

i) Fecha del control: jueves, 24 de mayo de 2018, a las 16:30 horas.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Para aprobar la asignatura, el alumno deberá sacar como mínimo una nota de "4" en todas y cada una de las partes, teóricas y prácticas, y que la nota media de ambas supere el "5" en cada evaluación. El baremo de las pruebas de condición física y de fútbol será el mismo que aparece para alumnos de 3º en la programación.

ALUMNOS QUE TIENEN PENDIENTE LA E.F. de 1º BACHILLERATO

CONTENIDOS

1º trimestre:

j) Parte práctica: Condición física y salud. El alumno/a deberá realizar sesiones de entrenamiento dedicadas a la mejora de la condición física en general. Al final del trimestre se realizarán las siguientes pruebas físicas:

1. Test de 1000 m.
2. Sit & reach modificado.
3. Abdominales en 1 min.
4. Dinamometría.
5. Test de agilidad I.N.E.F.
6. Test de salto vertical.
7. Test de flexibilidad de hombros.

k) Parte teórica: Planificación del entrenamiento deportivo.

l) Fecha del control: jueves, 23 de noviembre de 2017, a las 16:30 horas.

2º trimestre:

m) Parte práctica: Deporte colectivo, a elegir entre fútbol, baloncesto o voleibol. Se realizarán 2 pruebas:

Ⓣ De fútbol:

- Ⓣ De toque con interior, haciendo pases contra la pared.
- Ⓣ De conducción del balón.

Ⓣ De baloncesto:

- Ⓣ Tiro a canasta.
- Ⓣ Entradas a canasta tras bote.

Ⓣ De voleibol:

- Ⓣ Saque de seguridad.
- Ⓣ Recepción con toque de antebrazos.

n) Parte teórica: Nutrición y ejercicio físico.

o) Fecha del control: jueves, 15 de marzo de 2018, a las 16:30 horas.

3º trimestre:

p) Parte práctica: Habilidades expresivas. El alumno deberá elaborar una coreografía de salsa, solo o con una pareja, sobre una base musical de al menos 3 min. de duración, y exponerla sabiendo llevar el ritmo marcado por la música.

q) Parte teórica: Primeros auxilios en la actividad físico-deportiva.

r) Fecha del control: jueves, 24 de mayo de 2018, a las 16:30 horas.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Para aprobar la asignatura, el alumno deberá sacar como mínimo una nota de “4” en todas y cada una de las partes, teóricas y prácticas, y que la media de ambas supere el “5” en cada evaluación. El baremo de las pruebas de condición física y de deportes colectivos será el mismo que aparece para alumnos de 1º Bach. en esta programación.